

EN PORTION INDEHOLDER

Energi	260 kcal (1088 kJ)
Fedt	10 g
Kulhydrat	31 g
Protein	10 g

Kaffedrik

2 PORTIONER

- 2 dl Resource 2.0+fibres Kaffe
- ½ dl vanilleis (10% fedt)
- 1 tsk. kakao
- ½ banan

Blend alle ingredienserne med en blender eller stavblender. Server i et glas eller en skål.

EN PORTION INDEHOLDER (MED PYNT)

Energi	375 kcal (1569 kJ)
Fedt	19 g
Kulhydrat	40 g
Protein	11 g

Chokolademousse med kaffesmag

2 PORTIONER

- 2 dl Resource 2.0+fibres Kaffe (køleskabskold)
- 1 pose chokolademousse (pulver)
- Evt. 0,5–1 tsk. instant kaffe (fx. Nescafé)

Pynt:

- ½ dl pisket fløde
- 1 friske hindbær
- Revet mørk eller lys sjokolade

Bland ingredienserne sammen og pisk i ca. 3 min. Hæld i serveringsskåle. Lad det stå koldt i ca. 20–30 min. Pynt med flødeskum, hindbær og revet chokolade.

Chokoladebudding med kaffesmag

2 PORTIONER

- 2 dl Resource 2.0+fibres Kaffe (køleskabskold)
- 1 pose chokoladebudding (pulver)
- ½ dl fløde
- Evt. ½–1 tsk. instant kaffe (fx. Nescafé)

Pynt:

- ½ dl pisket fløde
- Revet mørk eller lys chokolade

Bland ingredienserne og rør i et par min. Hæld massen i serveringsskåle. Lad det stå koldt i ca. 20 min. Pynt med flødeskum og revet chokolade på toppen.

EN PORTION INDEHOLDER (MED PYNT)

Energi	455 kcal (1904 kJ)
Fedt	24 g
Kulhydrat	49 g
Protein	11 g